مجلة الارشاد النفسى جامعة عين شمس العدد الرابع ١٩٩٥

دراسة نقدية للأسس النظرية للعلاج الوجودى

ايمان فوزى سعيد شاهين(*)

مقـــــدمة :

عرفت الانسانية الفكر الوجودى وألفته منذ أقدم العصور ، وارتبط هذا الفكر بظهور الحضارات الأولى ونما معها • الا أن الفكر الوجودى الحديث ـ الذى عبر الفلسفة بمعناها المحدود الى جميع مجالات الحياة الانسانية ـ بدأ يتخذ شكلا جديدا مع بدايات القـــرن العشرين ، وذلك نتيجة للمتغيرات المعقدة التى انضافت بصورة متسارعة لحيـاة البشرية خلال العقود الأولى من هذا القرن •

فقد عانى العالم فى تلك الفترة من ويلات الحـــروب والـكوارث الاقتصادية التى كان لها آثار مدمرة ، وكان لها أيضـــا آثار ايجابية من أهمها تلك التطورات الهائلة وذلك التقدم المذهل الذى حققته العـــلوم الطبيعية والذى انعكس على التكنولوجيا والصناعة • ولعل هذا التقدم يرجع لسبب رئيسى هو تزايد الحاجة الى اكتساب القوة والتفوق الذى يضمن للدول المتحاربة حسم الحرب لصالحها • وقد صاحب هذه الثورة العلمية والتكنولوجية أهتمام كبير بالجوانب المادية للعلوم ، ومنها العلوم الانســـانية بالطبع ، وذلك على حســـاب الجوانب الروحية والدينيـــة والانسانية • وبناء على هذا الاتجاه ظل علم النفس لفترة طويلة حكرا على الاتجاه الامبيريقى لدراسة سلوك الأفراد ، وظل الالتزام بالتعريفات الاجرائية والافتراضات الثابتة والمادة العلمية المجموعة بطريقة امبيريقية هو الطريق الوحيد الممكن الوثوق به من أجل الحصول على بيانات علمية دقيقة عن السلوك الانسانى •

ولكن مع الاتجاه الى التطرف فى الامبيريقية والتجريبية والاسراف

(*) مدرس بقسم الصحة النفسية ـ كلية التربية ـ جامعة عين شمس •

فى قياس سلوك الانسان وتصنيفه ، بدأ الضد الجدلى يتبلور مع ارتفاع المد الانسانى ، وبنفس القدر بدأ المعنيون بالمشـــكلات النفسية يفقدون الثقة فى المنهج العلمى عامة وفى الطرق التجريبية والامبيريقية خاصة • بعبارة أخرى ، لقد ظهر الاتجاه الانسانى ـ الذى يرتبط به علم النفس الوجودى والعلاج الوجودى ـ ونما فى صورة ضد جدلى للاتجاه المسرف فى المادية ، والذى طغى على العلوم الانسانية فأفقدها الصلة الحقيقية بموضوعها الأساسى ، وهو الانسان • لذلك فان أصحاب الاتجاه الانسانى فى علم النفس يرفضون المنهجية العلمية التقليدية وأسلوبها فى التعامل مع الانسان ، بالاضافة الى أنهم يؤكدون على أهمية التنـــاول الفــردى للانسان وعلى أهمية مبدأ حرية الانسان فى مواجهة ما اعتبرته معظم مدارس علم النفس محددات وجوده ومصيره •

أما عن تأكيد الاتجاه الانسانى على التناول الفردى للانســـان ، فيلخص جوردون أولبورت وجهة النظر هذه بحديثه عن الانسان الفرد ـ العنصر المفقود فى علم النفس التجريبى ، حيث اثارت دهشته اعترافات مؤسسى علم النفس النجريبى أمثال فونت وتيتشنر من أن الشخص الفرد يجب أن يكون هو المحور الرئيسى لتعريف علم النفس • فقد أهملوا تتبع هذا التعريف بطريقة متسقة حتى النهاية ، وعمدوا الى تجريد الشخص من كل تفصيلاته الدقيقة المزعجة وسعوا الى اقرار علم المتوسطات بالنسبة للجانب الأعظم • تلك التفصيلات التى اعتقد التجريبيون أنها «مزعجة» هى التى وضعها الاتجاه الانسانى فى بؤرة اهتمامه لأنها هى التى تميز الانسان الفرد وتحوله من فرد فى حشد متماثل الأفراد الى انسان متميز متفرد لا يمكن أن يحل آخر محله •

وأما التأكيد على مبدأ الحرية ، فيعنى استعادة الانســـان لقدرته الأصيلة على الاختيار بين البدائل وتشكيل قدره ومصيره من خلال هذا الاختيار • وهو ما يعنى تحجيم الدور الذى تلعبه المؤثرات الخارجية فى فرض صورة معينة لها صفة القدرية والثبات فى حياة الانسان • وهكذا يتحرر الانسان أخيرا من نموذج كـــرة البليار المميز للاتجاهات المــادية الفيزيائية ، والتى اعتبرت حياة الانسان أشبه بكرة البليار التى تتدافعها قوى خارجية وتعدل من مسارها حتى تسقط أخيرا فى « حفرة » صغيرة

تمثل نهاية المطاف ومحصلة تلك الدفعات التى لا سيطرة للكرة المسكينة عليها .

واذا كانت الحرية هى أحد المبادىء الهامة التى يؤكد عليها الاتجاه الانسانى ، فلعلها أهم ما يميز الاتجاه الوجودى فى علم النفس والعلاج النفسى على الاطلاق . فالانسان من وجهة نظر الوجوديين ليس مجرد ضحية لمجموعة من المؤثرات الخارجية تعمل دون تدخل منه على تشكيل « صورته النهائية » . وانما هو انسان حر ومسئول . فرغم انتماءه الى عالم الأشياء الطبيعية ، الا أنه الوحيد الذى يمكنه أن يفكر ويتخذ قرارات حرة ويرسم أهدافا ، وبذلك يشكل واقعه بنفسه وباستمرار فى صيرورة لا تنتهى .

كما يمتاز الاتجاه الوجودى أيضا بخصوصية خبرة القائمين على الدراسة والممارسة فى علم النفس والعلاج النفسى . فالباحث فى علم النفس الوجودى والمعالج الوجودى - وغالبا ما يجتمعان فى شخص واحد - لا يربطهما بعملهما مجرد ارتباط الباحث بموضوع دراسته ، أو ارتباط المعالج بقواعد مهنته ، وانما يعتبر العمل هنا أسلوب حياة يعتنقه الباحث أو المعالج . ولعل أوضح الأمثلة على ذلك تلك الخبرات الشخصية عميقة الأثر التى تعرض لها بعض المعالجين الوجوديين وأسفرت عن تكوين اتجاههم المتميز فى العلاج النفسى((أمثال رولوماى وفيكتور فرانكل) .

ان علم النفس الوجودى - والعلاج الوجودى بالتالى - يقوم على أساس من المبادىء التى يؤمن بها الفلاسفة الوجوديون . ولكن هذا لا يمنع من ملاحظة البصمات الواضحة للاتجاه الانسانى فى علم النفس على فكر وممارسة المعالجين الوجوديين . فرغم أن العلاج يحمل اسم الفلسفة الوجودية ، الا أن طابع العلاج الوجودى الذى يتسم بالتفاؤلية والتوجه نحو المستقبل لايمكن أن يعزى الى الفكر الفلسفى الوجودى الذى نشأ فى أوروبا وغلبت عليه النزعة التشاؤمية ، وانما بالأحرى يمكن أن يعزى الى الانتماء لذلك التيار الانسانى الذى يضع الانسان - لأول مرة منذ فترة طويلة - فى بؤرة الاهتمام .

على أن هذا التناول المميز للانســان ، والذى يتبنـــاه علم النفس الوجودى ـ الانسانى يعد بمثابة ثورة على كثير من المسلمات التى تعتبر الأساس الذى يقوم عليه علم النفس التقليدى والعلاجات النفسية المرتبطة به . لهذا فان العلاج الوجودى يرتبط ببعض المشكلات التى لم تجد حلا شافيا حتى الآن فيما يتعلق ببعض الجوانب المنهجية والصياغة النظرية . ولعل مثل هذه المشكلات تقتضى توفر قدر كبير من المرونة لمواجهة جمود النظريات التقليدية وتصلبها ، والتخلى عن ذلك الاتجاه الذى وصفه توفلر بأنه أعظم العجائب ، ألا وهو تشبث الجنس البشرى بما ربى عليه فى الماضى وعدم رغبته فى مواجهة واقع التغيير المتسارع .

والحقيقة أن ثورة الوجودية على المنهجية العلمية التقليدية تشكل أعظم التحديات التى تواجه علم النفس الوجودى والعلاج الوجودى . الا أن تخطى هذا التحدى لا يمكن أن يتحقق من خلال وسائل تقليدية تعمل على الاستزادة من الاغراق فى وهم الموضوعية الحقة وتحييد ذاتية الباحثين . فان هذا قد يصلح ـ مع بعض التحفظات ـ للعلوم الطبيعية ، ولكنه لا يصلح كأسلوب للبحث والدراسة فى علم النفس . بل بالأحرى يجب أن يعمل الباحثين فى مجال علم النفس الوجـــــودى على ابتكار أسلوب علمى سليم يعترف الباحث فيه بصدق بأنه يقـــوم بدور الباحث وموضوع البحث فى آن واحد ، ويعى فى جميع مراحل البحث ما يعنيه هذا الاعتراف . عندئذ يمكن أن يتناول علم النفس الخبـــــرة الانسانية الحقيقية غير المصطنعة تناولا علميا صحيحا يسمح بالدخول الى العالم الواقعى للانسان كما يعيشه وكما يدركه وينفعل به ويتفاعل معه . وهذه هى الغاية التى يأمل المعالج الوجودى أن يبلغها .

★ ★ ★

اتضح مما سبق أن المدرسة الوجودية فى علم النفس والعلاج النفسى قامت على أسس تضع الانســـان فى بؤرة الاهتمام ، وتزيح الاعتبارات المنهجية الى مواقع تالية من حيث الأهميــة . وذلك بالاضـــافة الى أن الوجوديين يعتبرون التقيد بأسس نظرية محددة سلفا من أكبر العوائق التى تحول دون أفضل فهم للانسان وأفضــل تواصل معه ، لذلك يغيب

التحديد النظرى للفكر الوجودى والممارسات العلاجية فى كتابات أنصار العلاج الوجودى وعلم النفس الوجودى . وهذه هى المشكلة الرئيسية للدراسة الحالية ، فعدم تحدد الطرح النظرى للفكر الوجودى فى علم النفس والعلاج النفسى يجعل من استمرار هذا الاتجاه وتطوره أمرا عسيرا ويهدد بانحسار الموجة الوجودية رغم كل ما تحمله من مزايا ، وذلك على أساس أن البناء النظرى القوى هو الذى يحفظ لأى اتجاه علمى كيانا راسخا يسمح بنموه وتطوره وبقائه .

على أى حال : فان تداول العلاج الوجودى فى مجال الدراسة والتطبيق الخاص بالعلاج النفسى يحتاج الى صياغة نظرية واضحة ومحددة فى المقام الأول ، كما أن قيام نظام علاجى يقتضى وجود مثل هذه النظرية التى تتحدد فى اطارها الاجراءات العلاجية . ونظرا لعدم تحدد النظرية الوجودية فى علم النفس والعلاج النفسى ، فان مشكلة الدراسة الحالية تتلخص فى محاولة سد الفجوة النظريه - ان صح التعبير - للتغلب على الصعوبات التى قد تواجه الباحث فى مجال علم النفس الوجودى ، أو المعالج النفسى الذى يسعى للاستفادة من العلاج الوجودى فى ممارساته العلاجية .

والعلاج الوجودى - كما يعرفه وولمان Wolman - هو « ذلك العلاج الذى يستند الى قواعد فينومينولوجية وجودية ، فهو كأسلوب علاجى يركز على الاتجاه المباشر من الحياة والتحرى الدقيق لخبرات الفرد ووعيه من أجل اعادة بناء وتوحيد وجود هذا الفرد . وتؤكد الفنيات الوجودية المتعددة على فهم الفرد واعطاء معنى لحياته » . هذا التعريف يبرز الدور الذى تلعبه كل من الفينومينولوجية والفلسفة الوجودية فى ارساء القواعد التى تحدد الخلفية النظرية وأسلوب الممارسة العملية للعلاج الوجودى ، كما يشير الى اهتمام العلاج الوجودى بالانسان الفرد ، ذلك الاهتمام الذى يتمثل فى السعى لفهمه والعمل على اعطاء معنى وقيمة لحياته من خلال توظيف الفنيات المتنوعة التى يمكن استخدامها فى اطار العلاج الوجودى .

وهكذا يمكن تحديد الأسس النظرية التى يقوم عليها العلاج

الوجودى ـ مما ييسر من مهمة اخضاعها للنقد والتقييم • هذه الأسس تدور حول ثلاثة محاور أساسية هى :

أولا : الأساس الفلسفى : أى الفلسفة التى يستند اليها الفكر الوجودى بصفة عامة ، ثم علم النفس الوجودى والعــلاج الوجــودى على وجه الخصوص • ولاي قتصر هذا على الفلسفة الوجودية وحسب ، انما يتضمن أيضا استفادة كبيرة من الفلسفة الفينومينولوجية والاتجاه الانســانى فى علم النفس ، وذلك بالاضافة الى بعض الجوانب المرتبطة بالفكر الدينى •

ثانيا : النظرة الوجودية لطبيعه الانسان : وهى ما يســميه البعض النظرية الوجودية فى الشخصية ولكن نظرا لأن الوجودية كفكر تناضل ضد القولبة النظرية فيما يتعلق بالانسان ، فان الكثيرين من أنصار عــلم النفس الوجودى والعلاج الوجودى يفضلون الحـــديث عن وجهة النظر الوجودية فى طبيعة الانسان بوصفها تتناول موضوعا يتســـم بالفـــردية والخصوصية والقابلية اللامتناهية للتغير والتحول •

ثالثا : التطبيقات العملية للعلاج الوجودى : وتشتمل على محاولة لالقاء الضوء على ما يقوم به المعالج الوجودى بالفعل أثناء الجلســـات العلاجية ، وذلك فى ضوء محددات العمل الوجودى التى تتسم بالمرونة الفائقة واللمسة الانسانية التى تفتقر اليها علاجات نفسية أخرى كثيرة •

★ ★ ★

أولا : الأســاس الفلســفى :

يقوم أى علاج نفسى على أساس من فكر فلســـفى معين تنتظم فى ضوئه الجوانب النظرية والتطبيقية فى اتساق لا يشوبه تناقض أو تنافر • والعلاج الوجودى لا يشكل استثناءا فى هذا الصدد • الا أنه يفوق كافة العلاجات الأخرى فى المدى الفسيح الذى يمتد فيه أساسه الفلسفى ، حتى أن العلاج الوجودى يعد بحق فلسفة لحياة الانسان قبل أن يكون فنية أو أسلوب علاجى لمشكلة مرضية بعينها •

بالاضافة الى ذلك يتميز الأساس الفلسفى للعــلاج الوجودى بتنوع

مصادره وجذوره ، الا أن أهم المدارس الفكرية التى يعتمد عليها هى : الفلسفة الوجودية ، والفلسفة الفينومينولوجية ، والاتجاه الانسانى فى العلم ٠

(أ) الفلسفة الوجودية : تتضمن الفلسفة الوجودية اتجاهات عديدة شكل أصحابها نماذج فلسفية مختلفة ، بل انهم قد استخدموا الكثير من المصطلحات الوجودية بطرق تختلف من مفكر وجودى لآخر ٠ على أن هذا قد يكون راجعا الى طبيعة الفلسفة الوجودية من حيث أنها فلسفة تعتمد على الخبرة الحية التى يعيشها كل انسان ويغلب على لغتها استخدام ضمير المتكلم « أنا أكون » لا ضمير الغائب ٠ فالفلسفة الوجودية هى صوت الخبرة المباشرة التى يمر بها الفيلسوف ويطرحها طرحا فلسفيا ذاتيا ٠ ويعرف على عبد المعطى الفلسفة الوجودية تعريفا يجمع فى رأيه بين معظم مفكريها ، وذلك على أنها « جملة المذاهب التى ترى أن موضوع الفلسفة هو تحليل الوجود العينى ووصفه من حيث أن هذا الوجود فعل حرية تتكون بأن تؤكد نفسها » ٠ والفلسفة الوجودية بهذا المعنى تتسع لفكر الفلاسفة الوجوديين بدءا من سورين كيركجارد الى بول تيليك ومارتن هايدجر الى جان بول سارتر ٠ وهؤلاء الفلاسفة الأربعة هم أربعة نماذج مختارة أخضعتها الباحثة فى الدراسة الحالية للتحليل والنقد وصولا الى أهم خصائص الفلسفة الوجودية ٠ ومن خلال هذا التحليل أمكن الخروج بأهم القضايا الفلسفية الوجودية التى تبناها العلاج الوجودى ٠

ان نقطة الانطلاق لدى الوجوديين هى الموضوع الأساس الذى تتناوله الفلسفة بالبحث والدراسة والتأمل ، أنه الحقيقة الوجودية والحقيقة الوجودية لا تقع فى عالم المثل ولا تتجمد فى قوالب النظرية ، وانما هى الحياة ذاتها كما يعيشها الانسان وكما يلمسها ويحسها ٠ حتى أن معظم الفلاسفة الوجوديين لا يرون حقيقة الا فيما يمكن أن يتطابق مع حياتهم الخاصة ، أو ــ على حد تعبير كيركجارد ــ تلك الحقيقة التى يمكن أن أعيش أو أموت من أجلها ، لا الصرح النظرى الذى أدور حوله وأحلله وأشرحه دون أن أشارك فيه أو أعيشه ٠ وفى هذا اشارة الى أن الحقيقة

الوجودية ذاتية فى جوهرها ، وان كان ذلك لا يعنى اهمال أو احتقار الحقيقة الموضوعة أو انكار وجودها • وانما يعنى عدم جدوى الحصول على الحقائق الموضوعة اذا لم يتمكن الانسان أن يؤمن بها ويستخدمها فى نسيج حياته بشكل مباشر •

أما القضية المحورية التى تتعلق بالانسان كما يراه الوجوديون فهى « الحرية والمسئولية » • فالحرية هى صميم الوجود الانسانى وأهم ما يميزه عن سائر المخلوقات الأخرى • وهى ليست صفة يتحلى بها أشخاص ويفتقر اليها آخرون وانما هى فعل ايجابى يقدم عليه البعض ويتجنبه البعض الآخر تجنبا لما تصحبه الحرية من معاناة ووفقا للوجودية فان معطيات العالم الخارجى من حدود بيولوجية واجتماعية ونفسية ليست قيودا تكبل الانسان وتحدد ماهيته ، ولكنها معطيات غفل من المعنى يتخذ منها الانسان مواقف فريدة من خلال ارادته الحرة واختياراته ليحدد بها ماهيته الخاصة • والحرية بهذا المعنى ليست حرية مطلقة قوامها الفوضى أو البهمية وانما هى قرين المسئولية فالانسان يحمل وحده مسئولية تشكيل ماهيته ، ولهذا يقرن الوجوديون الحرية بالقلق الذى تفجره المسئولية الواقعة على عاتق الانسان والتى يقدم على تحملها رغم عدم يقينه مما تؤدى اليه اختياراته وقراراته •

وترتبط بقضية الحرية قضية وجودية هامة هى قضية « الوعى والاغتراب » • حيث أن الانسان هو الكائن الوحيد الذى يملك القدرة على الوعى بذاته ، وبالتالى الوعى بالحرية وبالمسئولية المترتبة على حريته • فالوعى بالذات خاصية انسانية فريدة يتميز بها الوجود الأصيل authentic being ، ويقترن بها القلق الذى يفجره الوعى بالحرية وما تستتبعه من مسئولية ، فاذا حاول الانسان تجنب القلق والمعاناة رفض حريته وانضم للحشد لينجرف مع تياره الدافق بلا ارادة أو اختيار أو مسئولية • عندئذ يحل اغتراب الذات عن ذاتها محل الوعى الملىء بالذات• على أن الاغتراب ليس اغتراب الذات عن ذاتها وحسب ، وانما أيضا اغتراب الذات عن عالمها • فوعى الانسان بذاته لا ينبغى تناوله بوصفه انعزال للذات عن العالم • والوجودية تؤكد على أن تناول الانسان لايمكن

أن يتم فى معزل عن العـــالم الذى يعيش فيه وهو مايعـــرف بقضــية الوجود - فى العالم ٠

هذه هى أهم القضايا الفلسفية التى تلتقى بشكل مباشر مع تصورات العلاج الوجودى عن طبيعة الانسان وأمكن ترجمتها فى صورة اجراءات علاجيــة ٠

(ب) الفينومينولوجيا : - يجمع الوجوديون بدرجة تقتـــرب من اليقين على أن المنهج الملائم لدراسة الانسان بوصفه ظاهرة وجودية هو المنهج الفينومينولوجى ٠ والواقع أن هناك علاقة وثيقة تربط الوجودية بالفينومينولوجيا نظرا لأن الوجودية تهتم أساسا بدراسة الوجود الانسانى فى عيانيته لا فى صـــــورة تجـــــريدات أو صياغات نظـــرية ٠ الا أن الفينومينولوجيا ليست مجرد منهج بحث ، وانما هى فلسفة قائمة بذاتها ، بل أنها - أو يجب أن تكون - الخلفية الفلسفية التى تتأسس عليها آراء الفلاسفة بمختلف اتجاهاتهم الفكرية ٠ حيث أن وظيفة الفلسفة أساسا هى وظيفة فينومينولوجية تضطلع بدراسة العالم الأصـــلى للخبرة المباشرة وتحليل البنية التكوينية لهذه الخبرة العيانية ٠

والفينومينولوجيا تهدف الى تنــــاول الظاهرة كما هى معطاة فى الواقع ودون التأثر بالمعرفة النظرية السابقة بهذه الظاهرة ، حيث يتجاهل الفينومينولوجى كل أحكامه المسبقة ويصف الظاهرة التى يدرسها وصــفا دقيقا محكما وصولا الى ماهية الظاهرة٠بذلك يقدم المنهج الفينومينولوجى تناولا متميزا للظاهرة الانسانية بوصفها ظاهرة عيانية حية مباشرة ٠ لذلك يعتبر الوجوديون المنهج الفينومينولوجى المنهج الوحيـــد الملائم لدراسة الظاهرة الانســانية فى عيانيتها وتدفقها ، بعيــــدا عن القوالب النظرية الجامدة والدراسة المنطقية التى قد تمس الحقيقة ولكنها تظــل بعيدة عن الواقع الانسانى الذى يعيشه الانسان بالفعل ٠

(جـ) الحركة الانسانية فى علم النفس : - تعتبر الحركة الانسانية فى علم النفس من أهم المصادر التى يستند اليها العلاج الوجودى لاشتقاق أساليب دراسة وعلاج النفس البشرية ٠ فقــــد وجــــد أصحاب الاتجاه

الوجودى أن النظريات التقليدية فى علم النفس (السلوكية والتحليل النفسى) تتناول الانسان تناولا لاانسانيا ، بمعنى أنها تتعامى عن كل ماهو انسانى حقا بدعوى الاخلاص للموضوعية والدقة العلمية • لذلك وجد الوجوديون ضالتهم فى الحركة الانسانية التى تعادى صراحة الدراسة التجريبية للانسان ، وتعادى الاتجاهات التى تفترض أن البشر موضوعات Objects أو أشياء Things يمكن تحريكها وفقا لرغبة الباحث ، وذلك لأن هذا الأسلوب العلمى الاستغلالى لا يقلل من مرتبة الانسان وحسب ، وانما أيضا يؤدى الى الحصول على نتائج اصطناعية أو سطحية تافهة •

وبناءا على تبنى الاتجاه الانسانى فى علم النفس ، يتجنب العلاج الوجودى اعتبار الانسان مجرد شىء من أشياء الطبيعة ، ويرفض خفض انسانيته الى مجرد محصلة صراع بين قوى غريزية وضغوط اجتماعية • فالانسان رغم كل الظروف البيولوجية والاجتماعية قادر على التسامى عليها والتحرر من سيطرتها • ودلك بالاضافة الى أن الهدف من العلاج لم يعد هو التغلب على الأعراض المرضية أو استعادة التكيف مع الذات أو المجتمع ، وانما نظرا للايمان بأن الانسان نظام مفتوح قابل للتغير والنمو المستمر ، فالهدف هو تحرير امكاناته المعطلة مما يؤدى الى أفضل تحقيق للذات •

ثانيا : النظرة الوجودية لطبيعة الانسان :

بناء على هذا الأساس الفلسفى ، لم يصرف الوجوديون اهتمامهم الى صياغة نظرية محكمة تتناول طبيعة الانسان وتدرس جوانب شخصيته فى سويتها ومرضها • فالصياغة النظرية لا تتآلف مع الفكر الوجودى وتتناقض مع التناول الفينومينولوجى للانسان ، كما أن اعتبار شخصية الانسان مجرد موضوع يخضع للدراسة والتحليل لا يتفق مع الاتجاه الانسانى • ولكن هذا لم يمنع الوجوديين من طرح وجهة نظرهم فى طبيعة الانسان فى صورة قضايا نظرية Theorems :

(أ) أن طبيعة الانسان الأساسية تتسم بالحرية والمسئولية : —

فالانسان عند الوجوديين حر أساسا ، فهو الذى يشكل وجوده وهو المسئول

عن الحال الذى يكون عليه سواء كان انسانا فذا محققا لذاته ، ويحقق بذلك أعلى مراتب الصحة النفسية من وجهة نظــر الوجودية ، أو كان انسانا أشبه بالفرد فى قطيع أو الترس فى آلة . والعلاج الوجودى يؤمن بأهمية تمسك الانسان الانسان بحريته وأقدامه على الاختيــار وتحمـل مسئوليته . وذلك لسببين رئيسيين ، أولهما أن الحــرية ـ وبالتــالى المسئولية ـ جوهر الوجود الانسانى والدافع الأعظم لتحقيق الذات وتحقيق أعلى مراتب الصحة النفسية ، وذلك بالرغم من أن ضريبة الحــرية هى القلق والصراع والمعاناة . لكن العلاج الوجودى يأبى على الانسان أن يجد مهربا رخيصا من المعاناة على حساب انسانيته ووجوده الأصــيل . أما السبب الثانى فيتعلق بايمان الوجوديين بأن تحقيق أى مكاسب علاجية انما هو رهن بقدرة الانسان على ممارسة حريته الكاملة وتحمل مسئولياته جميعا . لذلك فان مهمة العلاج هى اعانة العملاء على اكتشاف الطــرق التى يتجنبون بها التقبــل الكامل لحــريتهم وتشجيعهم على المخاطرة بالنتائج المطمئنة عند أقدامهم على ممارسة حريتهم ، فالاخلال بهــذه المهمة من جانب المعالج يعيق العملاء ويجعلهم اعتماديين بصورة عصابية على المعالج . وهذه الاعتمادية تقلص من فرص العميل لاحداث أى تغيير فى حياته .

(ب) القلق الوجودى : يتناول علم النفس الوجودى مفهوم القلق تناولا جديدا يمثل اضافة جادة لجهود المدارس التقليدية فى علم النفس . والقلق لدى الوجوديين ـ ويصطلح على تســميته بالقلق الوجــودى Existential Anxiety ـ يرتبط بمفهومين آخرين ارتباطا وثيقا ، وهما الفراغ الوجودى والذنب الوجودى . هــذان المفهومان يمكن اعتبارهما متضمنان فى مصطلح القلق الوجودى كما يعــرفه الوجوديون . والقلق الوجودى ظاهرة انسانية مميزة ، أنه صميم الوجود الانسانى ومصاحب له مادام الانسان موجودا . وهو ليس ظاهرة مرضية بالضرورة ، بل أنه بالأحرى ظاهرة سوية تحفظ للانسان دافعه للحياة ، وتحفزه دائما للترقى وبلوغ الهدف تلو الهدف ، أو أنه الضريبة التى يدفعها الانسان كى يحتفظ بأنسانيته ويحقق ذاته فى صيرورة متصلة بحيث لا يكتفى أبدا بما تحقق وانما يتوجه دائما بالفكر والفعل نحو مالم يتحقق بعد .

ان القلق الوجودى هو دافع الانسان للحياة على مستوى انسانى حق ، ذلك لأنه فى جوهره يعنى عدم الرضا عن الواقع الذى يعيشه الانسان . فالانسان يستشعر القلق عندما يجد ذاته تعيش فى مستوى أدنى مما تؤهلها امكاناتها له ، وأن الفترة التى عليه أن يجرى فيها التغييرات اللازمة فترة محدودة ليست ممتدة الى مالانهاية ، وأن التغييرات التى عليه أن يقوم بها ويتحمل مسئولياتها لها نتائج غير مضمونة . ومع ذلك فان عدم الرضا عن الواقع يدفع الانسان لمواجهته وتغييره مما يحفزه على استكشاف امكاناته التى لم يستغلها بعد ليحاول توظيفها لتوجيه قراراته واختياراته . هذا الموقف المركب هو الذى يتكون فى سياقه القلق الوجودى الذى هو قلق ازاء الحياة الانسانية والذى هو ــ فى نفس الوقت ــ دافع الانسان الحقيقى للحياة على مستوى انسانى حق .

(حـ) الدازاين **Dasein** : ــ تعبر الكلمة الألمانية دازاين عن الوجود الانسانى برمته من وجهة نظر الوجوديين ، وقد استخدمها هايدجر ليميز بها الوجود الانسانى عن سائر ماعداه من مخلوقات وأشياء. والدازاين ليس مجرد ميزة يختص بها وجود الانسان ، بل هو الوجود الانسانى ذاته بكل غزارة وعيانية وخصوصية هذا الوجود . فالدازاين هو الكينونة التى توجد هنا والتى لها من الحضور ما يتيح لها أن تعرف أنها هنا ، وتستطيع أن تتخذ مواقفا بالرجوع الى هذه الحقيقة . وعندما يتحدث الكتاب الوجوديون عن دازاين يختار هذا أو ذاك فانهم يعنون الشخص المسئول عن اختيار وجوده ، فالانسان أو الدازاين ــ اذن ــ هو ذلك الموجود الذى يجب عليه أن يعى ذاته وان يكون مسئولا عن ذاته ان كان له أن يصبح ذاته حقا .

اجمالا ، يمكن القول بأن الدازاين هو الدرجة التى يعى بها الانسان وجوده ــ فى ــ العالم ، سواء كان هذا الوعى عميقا ومكتملا بحيث يعيش الانسان وجودا أصيلا ، أو كان وعيه سطحيا وناقصا بحيث يعيش وجودا غير أصيل .

(د) المرض الوجودى : ــ كانت البدء بالنسبة للوجوديين فيما

يتعلق بعلم النفس المرضى هى رفض الوضع الراهن الذى تفرضه المدارس التقليدية فى علم النفس وعلى رأسها التحليل النفسى والسلوكية · ومع ذلك فان جهود الوجوديين لم تنصرف بالقدر الكافى الى محاولة صياغة وجهات نظرهم الخاصة فى بناء متكامل يقدم ما يمكن أن ينهض فى مقابل النظريات التقليدية بوصفه اسهام الوجودية فى علم النفس المرضى · الا أنه مع تحليل كتابات الوجوديين المتعلقة بالمرض النفسى الوجودى أو من خلال استعراض تقارير العلاج التى أوردها بعض المعالجين الوجوديين ، فقد أمكن استخلاص وجهة النظر الوجودية فيما يتعلق بالمرض النفسى الوجودى ·

ان الحياة الانسانية تطرح فى كل لحظة تحــــديات جــــديدة على الانسان ، وعليه مواجهة هذه التحديات بقرارات يتخـــذها واختيارات يتحمل مسئوليتها ، وذلك مع ضرورة أن يتقبل ما تسفر عنه وما يمكن أن تحمله نتائجها من نجاح أو فشل وما يقترن بهذا كله من قلق وجودى· فوجود الانسان ينطوى دائما على مصادر للقلق الوجودى ، والوجوديون يؤمنون بالارتباط الوثيق بين الكيفية التى يتعامل بها الانسان مع خبرته بالقلق وبين مستويات السوية أو المرض التى يحققها · فاذا قرر الانسان أن يواجه قلقه بأن يقدم على اتخاذ قراراته بحرية ويتحمل مســـئولياته ويقبل تحديات الحياة ، ازدهرت أصالة وجـــوده فأصبح متميزا ومحققا لذاته ، وهو ما يعتبره الوجوديون أعلى مراتب السوية · أما اذا مر بخبرة القلق ولم يتحمل آلامها ، فانه يفضل بعد ذلك ـ دائما ـ أن يتجنب كل ما يمكن أن يجلب مشاعر القلق الوجودى ، فتتقلص مجال حياته بصورة خطيرة ، لأنه تطرح باستمرار مواقف مـــولدة للقلق ، يتوجها المواقف المفجرة لقلق الموت · وأوضح أشكال المرض الوجودى هى تلك التى يفجرها التهرب من مواجهة قلق الموت ، والتى لخصها تيليلكبقوله : ان العصاب وسيلة لتجنب مواجهة اللاكينونة من خلال تجنب الكينونة · كما وصف اوتورانك العصابى بأنه ذلك الشخص الذى يرفض قرض الحياة خوفا من أن يدفع دينه عندما يحين موعد السداد ـ الموت · الا أن بعض الوجوديين يرون أن المرض النفسى نمط فاشـــل لمحاولة التكيف مع القلق الوجودى سواء ارتبط هذا القلق بالموت أو الحرية أو العزلة أو اللامعنى ، فرفض

الانسان للتعايش مع القلق الوجودى يعنى تخليـــه عن أهم ما يميـــزه كانسان ، فيفقد بذلك أهم مقومات أصالة وجوده ، وتبدأ حياته تنضب وتفتقر الى المعنى والهدف والتوجه ، وبالتالى تبدأ بذرة المرض الوجودى فى الظهور ٠

والانسان غير الأصيل ، الذى تخلو حياته من المعنى والهدف يصبح تواؤميا Conformist ، أى أنه لا يعرف ماذا عليه أن يفعل بحياته ، أو حتى ماذا يريد أن يفعل بحياته ، فيلجأ الى الذوبان فى الجمهور ويسلم قيادته الى الجماعة التى تحدد له ما يفعل وتختار له ما يفضل ٠ والمرض الوجودى ينتمى الى أحد وسيلتين فى التعامل مع تواؤمية الانسان :

ـــ فاما أن يستسلم الانسان تماما للتواؤمية ويحتمل افتقار حياته الى المعنى بشكل سلبى ، حيث يعتبر وضعه المتردى أمر واقع لا يسعى الى تغييره ٠

ـــ واما أن ينكر تواؤمينه وخلو حيـــــاته من المعنى باستخدام مختلف الحيل الدفاعية ٠ وهو ما يعنى عدم بذل أى جهـــد للعودة الى أصالة الوجود والتخلى عن التواؤمية ، وانما استخدام حيل دفاعية توفر للانسان شعورا مضللا بالتميز وتعفيه فى نفس الوقت من مواجهة القلق الوجودى المرتبط بافتقار حياته الى المعنى والهدف ٠

ثالثا : التطبيقات العملية للعلاج الوجودى :

أسفر الأساس الفلسفى الخصب ووجهة النظر الوجـــودية فى علم النفس عن تكون اتجاه خاص ومتميز وفريد للعلاج النفسى ، ذلك الاتجاه الوجودى الذى صيغ أهم ما يميز العملية العلاجية الفعلية ، أى ما يجرى فى جلسات العلاج النفسى بين المعالج والعميل وذلك فيما يتعلق بكل من الأهداف العلاجية التى يرمى المعالج الى تحقيقها وأسلوبه فى فهم العميل والاقتراب منه والفنيات العلاجية التى يستخدمها والعلاقة العلاجية التى تنشأ بينهما ٠

(أ) الأهداف العلاجية : ـ تختلف الأهـــداف العلاجية للعـــلاج

الوجودى عن سائر المدارس التقليدية اختلافا يكادي كون جذريا • فالعلاج الوجودى يهدف الى تحقيق استراتيجية عامة لا تقتصر على مجرد الشفاء من المرض أو التخلص من الأعراض بالمعنى الذى يهتم به الطب النفسى التقليدى ، أو ذلك التغيير الذى يطرأ على شخصية الانسان بالمعنى الذى تقصده العلوم السلوكية • فاستراتيجية العــــلاج الوجودى تتخطى ذلك الشفاء الذى يعنى المواءمة مع المجتمع والتكيف السلبى مع الثقافة المحيطة الى ذلك الشفاء الذى يتضمن معانى أكثر عمقا وتحقيقا للامكانات الانسانية حتى وان اقتضى ذلك تحمل قدر من القلق والمعاناة •

(ب) الفهم الوجودى : ـ يعد فهم العميــــل هو أول المهـــام أو المسئوليات التى يكون على المعالج الوجودى مواجهتها عند التقائه بالعميل فى جلسات العلاج الوجودى • على أن الفهم الذى يقصده الوجوديون له طابعه الذى يختلف عن الفهم الذى تحققه المدارس العلاجية التقليدية من خلال مقارنة حالة العميل بالأطر النظرية التى تستند اليها ، أو ما يسمى بعملية التشخيص التقليدية • فالفهم الوجودى هو ما يسميه تيليك بالمعرفة الوجودية ، تلك التى تقـــوم على أســـاس من الالتقاء
بين شخصين مما يخلق معان جديدة ويساعد على التعرف عليها • انها تلك المعرفة التى لا يمكن أن تتحقق الا من خلال المشاركة الوجودية القائمة على الالتقاء بانسان آخر ومحاولة تحقيق تواصل معه بوصفه انسان مثلى لا بوصفه موضوع دراسة ، أو مجرد مريض •

وبهذا المعنى فان الفهم الوجودى لا يعتمد على تفسير وتأويل خبرات الانسان باستخدام بعض الفنيات والأساليب العلاجية المحددة سلفا ، وانما الفهم سابق على التفسير وسابق أيضا على الفنيات • أنه ذلك الاقتراب من أعماق الشخص الآخر دون أدنى محاولة من المعالج لتشيئيه أو السيطرة عليه أو خفض واختزال انسانيته الى مجـــرد قوى دينامية أو ارتباطات تشريطية مركبة •

(حـ) الفنيات : ـ لم يصرف الوجوديون اهتمامهم نحـــو ايجاد فنيات خاصة بالعلاج الوجودى ، حيث انهم يرون أن العلاج الوجودى

ليس نظاما من الفنيات وانما هو اتجاه ضمنى فى التعامل مع المرضى يهتم فيه المعالج بفهم العالم المباشر الذى يعيشه العميل فى اللحظة الحاضرة . ولا يعنى هذا أن ذلك الاتجاه هو كل الاجراءات العلاجية المتبعة ، وانما يعنى أن الفهم يسبق الفنيات من حيث الأهمية ، فالتأكيد على ضرورة فهم المعالج الوجودى للمريض هو الذى يضع الفنيات فى مرتبة أدنى من حيث الأهمية ، بل ومن حيث تسلسل الأحداث فى العملية العلاجية أيضا .

ويقوم اختيار المعالج الوجودى للفنيات التى يستخدمها فى العلاج بناء على الفهم الذى تحقق لشخصية العمل ، ففى ضوء هذا الفهم يمكن تحديد أنسب الفنيات لحالة هذا العميل بالذات فى هذه اللحظة بالذات من لحظات تطوره . لهذا تميز الفنيات التى يمكن استخدامها فى سياق العلاج الوجودى بمرونة فائقة لا تتقيد بشروط مدرسة علاجية دون أخرى ، حيث يمكن استعارة فنيات واجراءات علاجية من أى مدرسة أخرى بشرط أن تخدم أهداف العلاج الوجودى . فما يهم هو أن تنجح الفنية فى الكشف عن وجود الانسان فى عالمه بأفضل صورة ممكنة ، وأن تمكنه من السيطرة على حياته بدلا من أن تمكن المعالج من السيطرة على العميل .

(د) العلاقة العلاجية : ـ تحتل العلاقة العلاجية مكانة خاصة لدى الوجوديين ليس فقط لما توفره من مناخ ودى أثناء الجلسات ، ولكن لأنها علاقة انسانية خاصة يمكن أن يتحقق الشفاء من خلالها . وتتميز العلاقة العلاجية الوجودية بتأكيدها على تحقيق معنى الالتقاء الانسانى ، ذلك الالتقاء الذى يخوض فيه شخصان تجربة مشتركة لا تحكمها فنيات يؤثر بواسطتها المعالج على المريض ويسيطر عليه . فالمريض هنا شريك وجودى وليس موضوعا للتشخيص والتحليل . هذه العلاقة يعيشها كل من المريض والمعالج فى حضور أصيل authentic presence ويكون التركيز فيها على هنا والآن here & now ، فالماضى أو المستقبل لا يكتسبان دلالة الا من خلال تأثيرها المباشر على اللحظة الراهنة التى تكون للمريض وجوده المتميز فى العالم .

★ ★ ★

من خلال هذا التحليل للتراث العلمى للعلاج الوجودى فى محاوره الثلاثة أمكن تحديد الاطار العام الذى يمارس المعالج الوجودى اجراءاته العملية فى سياقه • وعلى هذا الأساس استكملت الباحثة البناء النظرى - بالأحرى اعادة البناء النظرى - بدراسة كلينيكية مع حالتين تم علاجهما باستخدام أسلوب العلاج الوجودى ، وذلك فى محاولة لاستكشاف أوجه التميز والنقص والقاء الضوء على بعض الصعوبات التى يمكن أن تواجه المعالج فى سياق استخدامه للعلاج الوجودى • وذلك بهدف الاجابة على التساؤلات التى تطرحها الدراسة النقدية الحالية وهى : -

— هل هناك ما يميز التيار الوجودى فى علم النفس والعلاج النفسى بما يسمح بقيام نظرية مكتملة الأركان •

— هل تغطى تطبيقات العلاج الوجودى أسسه النظرية ، وهل ترتبط ارتباطا وثيقا بهذه الأسس •

— هل يمثل العلاج الوجودى - نظرية وتطبيقا - تحديا للعلاجات الأخرى ، وهل نجح فى فرض نفسه على ساحة العلاج النفسى •

وقد أسفر تطبيق الدراسة الكلينيكية وتحليل المادة العلمية - بالاضافة الى مناقشة الانتقادات الموجهة للعلاج الوجودى - عن الحصول على الاجابات التالية لتساؤلات الدراسة •

فمن حيث تميز العلاج الوجودى بأساس نظرى يمكن أن يشكل نظرية واضحة تنافس نظرية التحليل النفسى والنظرية السلوكية ، فقد أمكن الوصول الى الآراء الممثلة للفكر الوجودى ، وهى تصلح لتكوين البناء النظرى ، ولكنها لم تنل العناية الكافية ولم يبذل الجهد المناسب لوضع صياغة محكمة تحولها من أفكار فلسفية ووجهات نظر الى نظرية ثابتة ومحددة ، ولا يرجع هذا الى ضعف عناصرها ، وانما الى رفض الوجوديين التقيد بجمود النظرية وقوالب المذهبية •

أما الممارسة العملية للعلاج الوجودى ، فلا تتسم بالغموض والعشوائية كما يدعى منتقدو العلاج الوجودى ، ولكنها تتسم بالمرونة

والأصالة التى تعد انعكاسا مباشرا للأساس الفلسفى الذى يستند اليه الفكر الوجودى فى علم النفس والعلاج النفسى ٠

وعن التحدى الذى يفرضه العلاج الوجودى على مسرح العلاجات النفسية ، فقد تبين أن العلاج الوجودى من المزايا ما يجعله جديرا بمنافسه قوتى علم النفس : التحليل النفسى والسلوكية ، بل أنه يفوقهما من حيث تأكيده على أهمية استعادة الانسان لانسانيته الحقة من خلال عملية العلاج النفسى ، ومن حيث اهتمامه بتحرير الانسان من قيود الحتمية تمهيدا لانطلاقه الى آفاق تحقيق الذات والوجود الأصيل ٠ الا أن افتقار العلاج الوجودى للتحدد النظرى هو ما يحول دون تصدره لمسرح العلاجات النفسية ويهدده بالتحلل والانحدار ٠

لذلك فان التحدى الذى يجب أن يوجهه المهتمون بالعلاج الوجودى ، هو العمل على وضع الأساس للنظرية الوجودية فى علم النفس والعلاج النفسى ، بما يتفق والفكر الوجودى المنفتح دائما للتغير ٠ فهذا هو الطريق الوحيد للاحتفاظ بكيان ثابت وراسخ للعلاج الوجودى يسمح ببقائه وتطوره ٠